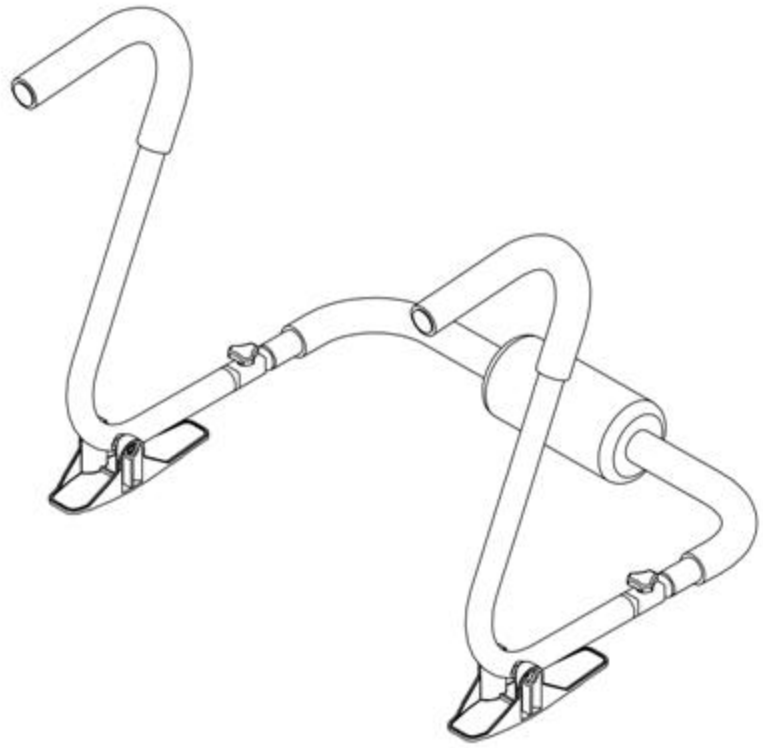
Manuel d'Utilisation

AB SLIMMER
Appareil d'entraînement abdominal

IRSB40

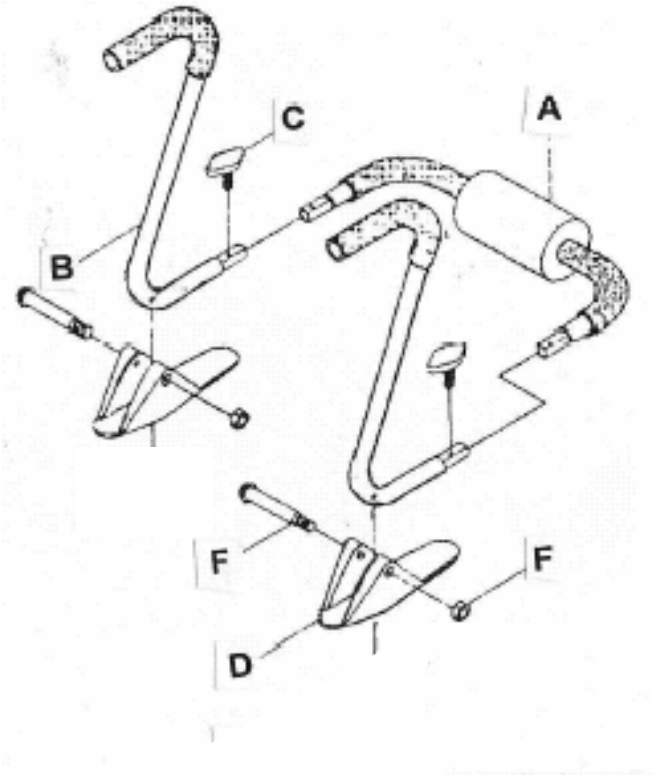


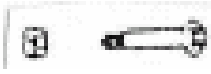
LIRE ATTENTIVEMENT TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT D'UTILISER L'APPAREIL.
Conserver ce manuel afin de pouvoir le consulter à tout moment

1. Liste des pièces 2
2. Instructions d'assemblage 3
3. Instructions générales d'utilisation 3
4. Entretien – Maintenance 4
5. Service Après Vente 4
6. Garantie 4

0710

1. LISTE DES PIECES



No.	Description	Schéma	Qté
A	Barre repose tête		1
B	Barre de maintien		2
C	Vis de serrage plastique		2
D	Support plastique		2
F	Set de 2 vis de fixation		2

2. INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Sortir du carton toutes les pièces en les regroupant par ordre d'assemblage.

Etape 1 :
Placer les supports plastiques (D) sur les barres de maintien (B) et les fixer avec les sets de 2 vis de fixation (F).

Etape 2 :
Insérer la barre repose tête (A) sur les barres de maintien (B) et les fixer avec les vis de serrage plastique (C).

S'assurer que toutes les vis et tous les boulons sont bien serrés avant de commencer à utiliser l'appareil.

3. INSTRUCTIONS GENERALES D'UTILISATION - SECURITE

- L'appareil ne doit supporter plus de 100kg de charge.
- Installez l'appareil sur une surface plane et propre, avec au moins 1 mètre d'espace dégagé autour de celui-ci. Ne pas l'utiliser pas à proximité d'eau ou à l'extérieur.
- Ne laissez pas les enfants sans surveillance à proximité de l'appareil.
- Réglez l'appareil selon votre morphologie.
- L'appareil ne convient pas pour une utilisation à des fins thérapeutiques. Il est conçu pour une utilisation domestique.
- Si vous souffrez ou si vous avez souffert de problèmes physiques, ne démarrez pas un programme d'exercice sans avoir consulté un médecin.
- En cas de nausée, d'étourdissement ou d'autres symptômes anormaux, cessez l'utilisation immédiatement. Consultez un médecin.
- Portez des vêtements et des chaussures de sports appropriés.

Important : Avant de commencer votre entraînement, il est indispensable de tenir compte de votre âge ainsi que de votre condition physique. Si vous avez un mode de vie sédentaire sans activité physique régulière, il est primordial de consulter votre médecin et de passer une visite médicale pour déterminer le niveau d'intensité de votre entraînement.
Votre entraînement devra comporter une phase d'échauffement de 3 à 5 min, plus au-delà de 50 ans. Commencez par un échauffement progressif et terminez-le par un retour au calme. Si vous commencez trop rapidement votre entraînement, vous risquez de perdre votre énergie trop vite et d'augmenter les risques de blessures.
Ne retenez jamais votre souffle pendant l'exercice.
Ne faites pas d'exercices 30-60 minutes avant ou après un repas.

4. ENTRETIEN - MAINTENANCE

Pour conserver le niveau de sécurité de l'appareil :

- Examinez régulièrement l'appareil pour détecter tout endommagement ou toute usure.
- Remplacez immédiatement tout élément défectueux et évitez d'utiliser l'appareil jusqu'à remise en état.
- Prêtez une attention particulière aux pièces les plus sujettes à usure.
- Vérifiez régulièrement le serrage des vis et écrous.

Lubrifiez légèrement les pièces en mouvement de temps à autre afin d'éviter une usure prématurée.
La sueur étant corrosive, nous vous recommandons de ne pas la laisser entrer en contact avec l'appareil. Nettoyez l'appareil à l'aide d'une éponge imprégnée d'eau avant de le sécher.

5. SERVICE APRES VENTE

Contactez le magasin où vous avez acheté l'appareil, avec votre justificatif d'achat.

6. GARANTIE

a) Durée de la garantie

24 mois à partir de la date d'achat, le ticket de caisse faisant foi.

b) Garantie

La garantie s'applique à condition que l'appareil soit utilisé conformément à l'usage pour lequel il a été vendu :

- Contre tout vice de fabrication.
- Contre toute panne d'origine interne entraînant un défaut de jouissance.
- Contre toute défectuosité technique imputable à la fabrication.

Les pièces défectueuses seront remplacées ou remises en état.

c) Sont exclus :

- Les dommages ayant pour origine une cause externe à l'appareil (choc, chute, mauvaise utilisation, erreur de manipulation, etc…)
- Les pièces qui se détériorent par suite de leur usure normale et qui par nature, nécessitent un remplacement fréquent, telles que courroies, élastiques, pistons, etc….
- Les pannes résultant d'un mauvais montage, d'une mauvaise utilisation, ainsi qu'un manque d'entretien.

d) Justificatifs obligatoires

- Le ticket de caisse justifiant la date d'achat.
- Le nom et la référence du modèle.

Importé par :
EMC Distribution
BP 92
77316 Marne-La-Vallée Cedex 2